

DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS DE LONG BEACH

GUÍA DE COVID-19 PARA LA VIVIENDA MULTIFAMILIAR

La presente guía tiene como propósito el proveer apoyo a los administradores y compañías administradoras de apartamentos en la preparación y acción ante el nuevo coronavirus de 2019 (COVID-19). Los administradores y compañías administradoras de apartamentos fungen un importante papel en la prevención de la propagación del COVID-19 en la Ciudad de Long Beach (ciudad) y deben estar preparados ante la posibilidad del impacto en sus comunidades, y ante las gestiones que surjan con empleados y residentes por la posible exposición en su lugar de trabajo y hogares en lo que COVID-19 sigue propagándose.

INFORMACIÓN GENERAL - COVID-19

La enfermedad de coronavirus 2019 (COVID-19) es un padecimiento respiratorio ocasionado por el nuevo coronavirus. El virus fue detectado inicialmente en Wuhan, China; hoy día, ya ha sido detectado en todo el planeta, incluyendo en los Estados Unidos y Long Beach.

Los coronavirus es una gran agrupación de virus comunes en animales y humanos. Gran parte de los coronavirus humanos solamente ocasionan padecimientos leves a moderados en el aparato respiratorio superior, como el resfriado común. Los nuevos coronavirus como el COVID-19 pueden causar padecimientos serios y extendidos y la muerte, ya que es un microorganismo nuevo e irreconocible para el sistema inmunológico del humano.

SÍNTOMAS COMUNES DE COVID-19

Las personas con COVID-19 han presentado una gran variedad de síntomas – desde síntomas leves hasta graves. Algunas personas pueden carecer de síntomas, lo cual quiere decir que se infectaron del virus, pero no están presentando síntomas. Los síntomas surgen a los 2-14 días de haberse expuesto al virus. Las personas con los siguientes síntomas pueden tener COVID-19:

- Fiebre o escalofríos
- Tos
- Falta de aliento o dificultad para respirar
- Fatiga
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza
- Súbita pérdida del gusto u olfato
- Dolor de garganta
- Congestión o escurrimiento nasal
- Náusea o vómito
- Diarrea

Detecte las señales* que ameritan tratamiento de emergencia por COVID-19. Si alguien presenta cualquiera de las siguientes señales, acuda de inmediato a servicios de emergencia:

- Dificultad para respirar

- Dolor o presión incesante en el pecho
- Súbita confusión mental
- No puede despertar o permanecer despierto
- Rostro o labios azules

*Esta lista no contiene todos los posibles síntomas. Le pedimos que se comunice con su proveedor de salud para conocer otros síntomas graves o que le conciernen.

Llame al 911 o sala de emergencia previo a su llegada: infórmele al operador que están acudiendo a sus servicios con alguien que tiene o puede tener COVID-19.

PROPAGACIÓN DE COVID-19

Se cree que el virus se propaga, principalmente, del siguiente modo:

- De persona a persona entre aquellos que están en contacto cercano con otros (menos de 6 pies)
- Gotitas de saliva expulsadas por alguien que tosió, estornudó o habló.
- Tocar un objeto o superficie con el virus y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos antes de lavarse las manos.

INSTRUCCIONES

1. Comunicación con residentes y empleados:

- La comunicación precisa, oportuna, continua y consistente con empleados, residentes y proveedores, es crítica. Asegúrese de tener a disposición los datos (móvil, corre electrónico, etc.) de sus empleados, residentes y proveedores. Por ejemplo, la comunicación puede ser para practicar medidas de prevención, comunicados para los residentes y cambios en las políticas como las políticas de telecomunicaciones y permiso por enfermedad.
- Disponga de métodos alternos de comunicación para difundir información como por ejemplo un sitio web corporativo, notificaciones en aplicaciones móviles, mensajes de texto, etc.
- Coloque en espacios públicos información de recursos para residentes y empleados para que conozcan las medidas de prevención de propagación del COVID-19. En la página web de la ciudad hay recursos disponibles en el encabezado "*Print-Yourself Posters*".
www.longbeach.gov/health/diseases-and-condition/information-on/coronavirus/for-businesses.

2. Prevención de propagación del COVID-19

- **Distanciamiento físico**
 - i. Todo empleado, residente y visitante (incluyendo a los contratistas) deben guardar 6 pies de distancia física entre personas en un espacio de uso común y espacios públicos del complejo habitacional. Los miembros del mismo hogar pueden trasladarse en unidad.

- ii. Busque estrategias para seguir operando la lavandería de uso común en tanto que se observe el distanciamiento físico. Se puede lograr empleando listas de turnos, limitando el número de personas que lo usen al mismo tiempo, o demarcando las maquinas que están operando y el piso para que la gente espere de pie guardando el mínimo de 6 pies de distancia cuando estén lavando. Ponga rótulos con el recordatorio del lavado de manos frecuente y el distanciamiento físico.
 - iii. Anime a los residentes que no son empleados esenciales a que utilicen los espacios de uso común al medio día para reducir el tráfico de personas en esos espacios para antes de las 9am o después de las 5pm.
 - iv. Limite el número de personas en los ascensores para prevenir el contacto cercano en un espacio encerrado. Aconséjeles a los residentes el que se ubiquen en una de las cuatro esquinas del ascensor y a distancia de los demás y que porten su tapabocas cuando tomen el ascensor.
 - v. Anime a los residentes a que llamen a oficinas o recepción en vez de ir en persona, cuando sea posible.
 - vi. Guarde el debido distanciamiento social si los residentes necesitan hablar con los de administración o empleados directamente. Marque con cinta o algún rotulo el debido distanciamiento del escritorio de recepción para respetar el distanciamiento físico.
 - vii. Considere la instalación de plexiglás como barrera de protección para empleados.
 - viii. Imprima e instale en muros los [Protocolos de distanciamiento físico](#) en lugares visibles para residentes y empleados.
- **Cara cubierta**
 - i. Traer la cara cubierta es un requisito cuando hay personas en contacto cercano con otras en espacios de uso común y espacios públicos del complejo habitacional. “Contacto cercano” quiere decir que está a 6 pies de la persona por 10 o más minutos. Los espacios de uso común y espacios públicos del complejo habitacional son las ubicaciones en las que, empleados, residentes y visitantes seguramente entrarán en contacto cercano con los demás.
- **Reparaciones en unidades ocupadas**
 - i. Durante las reparaciones en el interior de unidades, tanto residentes y empleados deben traer cubierta la cara mientras estén juntos adentro del apartamento y tratar de guardar el distanciamiento físico, a pesar de que ambos lados se sientan bien. Lo ideal sería que el residente abra todas las ventanas del apartamento en lo que los empleados hacen las reparaciones para propiciar la ventilación óptima en el ambiente.
 - ii. Limitar obras de construcción rutinarias o reparaciones a aquellas de índole urgente o habitabilidad (ej. Plomería, fugas de agua, estructurales, exterminación de plagas, circuitos eléctricos, toda situación que sea una amenaza de vida o inmueble) para evitar el contacto innecesario entre residentes y empleados/mantenimiento.
- **Construcción en el complejo habitacional**
 - i. Todos los negocios esenciales en la ciudad tienen el requisito de imprimir e instalar a la vista el [Protocolo de distanciamiento físico](#). El *Protocolo de*

- distanciamiento social* de la compañía constructora debe estar montado ya sea en la obra (de ser posible), en oficinas del administrador de la propiedad, en un lugar que esté a la vista de los inquilinos del complejo o al lado del *Protocolo de distanciamiento social* del complejo habitacional.
- ii. Antes de permitir construcción alguna en un complejo habitacional con ocupantes, obtenga copia del *Protocolo de distanciamiento físico* de la compañía constructora.
- **Cierre instalaciones de actividades recreativas**
 - i. Los espacios de acondicionamiento físico, incluyendo canchas de baloncesto y tenis, salas comunales o recreativas, piscinas, spas, yacuisis y saunas deben permanecer cerradas para todos los residentes, empleados y el público, conforme a la proclamación de Salubridad de Long Beach.
 - ii. El mantenimiento de rutina, incluyendo la limpieza y tratamiento químico de piscinas, spas, yacuisis y demás, estarán permitidos.
 - **Empleados**
 - i. Imprima e instale en muros el [*Protocolo de distanciamiento físico*](#), para proteger a los residentes y empleados.
 - ii. Aproveche el mayor número de personas que puedan trabajar desde casa para todo empleado cuya labor pueda realizarse en casa o por telecomunicaciones.
 - iii. Imponga el requisito y permita que los empleados se laven o saniticen las manos por lo menos cada 30 minutos, o en lo necesario si se les proveen guantes.
 - iv. Provea guantes y tapabocas para los empleados cuyas labores requieren el contacto cercano con residentes, el público o contratistas, al igual que impartirles capacitación para su uso. El “contacto cercano” quiere decir el estar a 6 pies de otra persona por 10 o más minutos.
 - **Paquetes**
 - i. Exhorte a sus residentes a que se limiten en sus compras en línea a artículos de necesidad para reducir el tráfico de personas en los buzones de correos y recepción.
 - ii. Considere el permitir que se hagan las entregas a domicilio del receptor.
 - iii. Comuníqueles todo cambio en los protocolos de la entrega de paquetes.
 - **Protocolo de limpieza**
 - i. Tenga rutinas de limpieza para espacios públicos y de uso común con superficies que se tocan a menudo como las manijas de puertas, barandales, botones de ascensores y lavandería.
 - ii. Para las superficies y espacios se debe usar un desinfectante, clasificado como tal, para que combata el COVID-19.
 - **Prácticas de prevención personal en residentes y empleados** – anime a sus empleados y residentes a practicar lo siguiente:
 - i. Quédese en casa si está enfermo. Quédese en casa por lo menos 3 días (72 horas) luego de recuperarse, lo cual quiere decir que está sin fiebre y sin el uso de medicamentos para bajar la fiebre y siente mejoras en los síntomas respiratorios (ej. Tos, falta de aliento), y ya han transcurrido 7

días desde que empezó con síntomas. Por favor, lea nuestra [Guía de información sobre el confinamiento](#) o visite:

www.longbeach.gov/health/diseases-and-condition/information-on/coronavirus/covid-19-orders

- ii. Si le han confirmado que padece de la enfermedad de COVID-19, o seguramente la padece, pero no le han hecho la prueba, infórmele a toda persona con quien entró en contacto cercano que tienen que ponerse en cuarentena por 14 días luego de la fecha en que entraron en contacto con usted. Los contactos cercanos incluyen los miembros de su hogar, amistades íntimas, y toda persona que estuvo a 6 pies de distancia por 10 o más minutos, en el lapso de 48 horas previas a que se presentaran los síntomas, y hasta que termine su plazo de confinamiento. Toda persona que entró en contacto con sus secreciones corporales (como al toserle o estornudarle a alguien, compartir cubiertos o saliva o le dio atención sin el uso de equipo de protección) tiene que estar en cuarentena. A esas personas se les pedirá que se remitan a la *Guía para la cuarentena en el hogar* o visiten:
www.longbeach.gov/health/diseases-and-condition/information-on/coronavirus/covid-19-orders
- iii. Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón en por lo menos 20 segundos. Si no tienen disponibles agua y jabón, use sanitizante con alcohol que contenga al menos un 60% de alcohol. Lávese las manos antes de comer, luego de usar el baño, antes y después de quitarse el tapabocas, y luego de toser y estornudar. Por favor, lea nuestra *Guía de confinamiento en el hogar* o visite:
www.longbeach.gov/health/diseases-and-condition/information-on/coronavirus/covid-19-orders
- iv. Cúbrase con un pañuelo al toser y estornudar y deseche el pañuelo para luego limpiarse las manos de inmediato. Si no tiene un pañuelo, use el codo (no las manos). Por favor, lea nuestra *Guía de cuarentena en el hogar* o visite:
www.longbeach.gov/health/diseases-and-condition/information-on/coronavirus/covid-19-orders
- v. No se toque la boca, nariz o los ojos sin haberse lavado las manos.
- vi. Evite el contacto con personas que están enfermas.
- vii. Guarde 6 pies de distancia de los demás cuando esté en lugares públicos.
- viii. Cúbrase la cara con un protector de tela en lugares públicos cuando hay otros a su alrededor, especialmente en interiores como en un ascensor.

3. Discriminación y racismo

- La conducta que resulte del brote no puede, de ninguna manera, incitar el racismo o cualquier otro tipo de discriminación que represente un quebranto de la ley. Si alguna persona en el predio está siendo acosada debido a su raza, nacionalidad de origen u otra identificación, o ha sido víctima de un delito de odio o motivado por predisposiciones, exhórtelos a que presenten una denuncia en el Departamento de Policía de Long Beach. En caso de emergencias llame al 911. Para asuntos no urgentes llame al (562) 435-6711. Las víctimas pueden también

comunicarse con la *Línea de atención a delitos de odio* al (562) 433-8595, la cual opera bajo la supervisión del *Centro Metropolitano de Long Beach de LGBTQ y Programa de Dignidad Humana*. Para conocer más visite:
www.longbeach.gov/globalassets/police/media-library/documents/how-do-i/prevent-crime/hate-crimes-flyer

4. Flexibilidad de pago de rentas

- Considere permitir la solicitud de arrendamiento solamente en línea y dar prioridad a los pagos en línea.
- Hágalos el recordatorio a los residentes que, en lo general, no se cobran cuotas por transferencias bancarias.
- A lo que incluye cuotas, se les exhorta a los administradores que las limiten o excluyan.
- Colabore con los residentes que puedan tener atrasos en la renta por pérdida de ingreso. Fomente una comunicación abierta para con los residentes a fin de tratar los temas de la economía del hogar, salud y otras penurias que puedan dificultar el pago de los gastos del hogar.
- Colabore con sus residentes respecto a planes y acuerdos alternativos de pagos y no olvide ponerlos por escrito.
- Exhortamos a los administradores a que excluyan las sanciones por atrasos y otras cuotas administrativas en los próximos meses.
- Consideraré la implementación de un moratorio de desalojo en los próximos meses a menos que el desalojo sea por actos delictivos o negligentes que ponen en peligro la vida, salud o seguridad de otros residentes.
- Aviso: el *Concilio de la Ciudad de Long Beach* aprobó una ordenanza de emergencia respecto al desalojo comercial y residencial en relación a los efectos de la pandemia de COVID-19. Para conocer más visite:
www.longbeach.gov/lbds/hn/tenant-assistance-policies

5. Residentes en cuarenta/confinamiento voluntario

Los administradores de apartamentos seguramente tendrán residentes que necesiten ponerse en cuarentena o confinamiento voluntario en su apartamento debido al COVID-19. Estos residentes pueden elegir el revelarlo y pedir ayuda para que puedan confinarse. Las prácticas recomendables en ese caso son:

- **Petición de servicios y acceso al apartamento:** suspenda el acceso al apartamento para lo relacionado a mantenimiento de rutina, reparaciones e inspecciones. Solo debe ingresar al apartamento si son reparaciones urgentes. Si se necesita hacer una reparación de urgencia:
 - Solicite que el residente abra todas las ventanas del apartamento en lo que los empleados que hacen la reparación estén ahí.
 - Infórmele al residente que se mantenga en una sola parte del apartamento, alejado de los empleados haciendo la reparación y que se cubra la cara.
- **Entrega de paquetes:** deje los paquetes al pie de la puerta del apartamento para evitar el contacto cercano con el residente en cuarentena voluntaria. Establezca un sistema de aviso para informarle cuando hayan llegado paquetes.

- **Eliminación de desperdicios:** programe horarios para recoger basura a domicilio. Infórmele al residente que deje sus bolsas de basura al pie de la puerta de su unidad.
- **Cuidado de mascotas:** siendo que los residentes no podrán salir de su unidad excepto para recibir atención médica, puede que tengan que contratar servicios como los caminadores de perros para que cuiden de sus mascotas.
- **Proveedores de servicios:** los proveedores que regularmente proveen servicios en los apartamentos recibirán aviso de la suspensión de servicios al respectivo apartamento, sin detallar la razón que propició la suspensión. Si ofrece el servicio de recolección de basura a domicilio, puede seguir con ello.
- **Visitas al médico:** si el residente necesita salir de su unidad por una necesaria visita al médico, infórmele que tiene que cubrirse la cara todo el tiempo que esté en el complejo habitacional, el estacionamiento y afuera de su unidad.
- **Contactos en el caso:** los residentes que tengan (o se sospecha que tengan) COVID-19, se les requiere que le informen a toda persona con quien tuvieron contacto cercano en el lapso de contagio por la posible exposición al virus y advertirles de la necesidad de cuarentena voluntaria. Esta responsabilidad no recae en el administrador de los apartamentos, pero el administrador debe tomar las medidas de precaución mencionadas anteriormente para prevenir que los empleados y demás se expongan.
- **Repórtese para verificar su estado:** considere ofrecer el servicio de llamadas para reportarse y verificar el estado en que está el inquilino que viva solo para asegurar que están a salvo durante la cuarentena o confinamiento.
- **Protección de privacidad para residentes y empleados:** no comparta información acerca de la salud y estado durante la cuarentena/confinamiento voluntario de los residentes o cualquier empleado que se haya visto afectado, con otros residentes o empleados, excepto en lo necesario para cumplir con otras directivas recibidas. Igualmente, no es razón para informar a Salubridad Pública sobre los casos en su edificio, ni tampoco recibirá aviso de Salubridad Pública como dueño o administrador del edificio de que hay casos en su edificio.
 - La continua y frecuente limpieza de espacios de uso común ayudarán a mitigar la incertidumbre si es que un residente decide compartir con los demás que están en cuarentena o confinamiento voluntario.

INFORMACIÓN CONFIABLE RESPECTO AL COVID-19

Cuídese de las estafas, noticias falsas y engaños en lo relativo al COVID-19. La información correcta, incluyendo los anuncios de nuevos casos en Long Beach, van a ser difundidos, siempre, por el Departamento de Salud y Servicios Humanos en sus comunicados de prensa, redes sociales y nuestra página web www.longbeach.gov/covid19. La página web tiene más información sobre COVID-19 incluyendo las preguntas frecuentes, infografía y una guía para hacer frente al estrés, al igual que consejos para el lavado de manos.

- Inscríbese a las alertas de Long Beach aquí: www.longbeach.gov/disasterpreparedness/alert-long-beach o mande el texto "AlertLB" al 99411
- Lea los recientes comunicados de prensa de Long Beach aquí: [www.longbeach.gov/city-press-release- archive](http://www.longbeach.gov/city-press-release-archive)

- Veá las recientes conferencias de prensa de Long Beach aquí:
www.youtube.com/LongBeachCityCA
- Siga #COVID19LongBeach @LongBeachCity en Twitter
- Departamento de Salud Pública de California:
www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx
- Información para la nación del Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC):
www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html
- Información para el planeta de la Organización Mundial de la Salud:
www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019
- Guía de CAL OSHA para los preparativos en áreas laborales:
www.osha.gov/Publications/OSHA3990.pdf

Si tiene alguna pregunta y desea hablar con alguien, comuníquese a la línea informativa de Long Beach al 562-570-INFO (4636).